

نحوه مراقبت از زخم و جراحات چگونه است؟

زخم و جراحات از جمله اتفاقات دردناکی است که تمامی انسان ها در طول زندگی خود به ویژه دوران کودکی به آن مبتلا شده اند. از نظر پزشکی زخم و جراحات گسیختگی و جداسدن اتصال بین سلولی در بخشی از پوست یا بافت بدن ایجاد می شود. زخم به دو نوع بسته و باز تقسیم میشود. بریدگی یا پارگی پوست از جمله زخمهای باز و کوفتگیها زخم باز یک جراحات در سطح پوست است. از جمله زخمهای بسته میباشند است که باعث نمایان شدن قسمتهای زیر پوست شده و معمول موجب خونریزی خارجی میشود.

انواع زخم باز:

۱- خراشیدگی یا ساییدگی: این زخم در اثر ساییده شدن لایه فوقانی پوست ایجاد میشود. به دلیل آنکه بیشتر اعصاب این لایه آسیب می بینند، زخم دردناک، ولی خونریزی قابل توجه نیست. خراشیدگی اگر وسیع باشد یا ذرات خاک یا اجسام خارجی در آن فرورفته باشد، می تواند جدی و خطرناک باشد. اقدامات: چنانچه جسم خارجی به طور سطحی در پوست فرورفته است، آن را به آرامی با آب و صابون بشویید و زخم را پانسمان کنید.

۲- بریدگی: زخمی است که لبه های صاف داشته و شبیه بریدگی جراحی یا بریدگی با لبه کاغذ است. این زخم، سوزش زیادی داشته و شدت خونریزی در این نوع زخم، بسته به عمق بریدگی، محل و اندازه زخم متفاوت است.



۳- پاره شدگی: زخمی است عمیق که دارای لبه های ناصاف بوده و در اثر اجسام تیزی مانند شیشه ایجاد میشود. در این جراحات، بافتهای زیرین پوست آسیب دیده و احتمال خونریزی شدید زیاد است.

اقدامات: در بریدگی و پاره شدگی، اولویت با کنترل خونریزی به وسیله فشار مستقیم است. لبه های زخم را به هم نزدیک کنید. عضو را بی حرکت و کمی بالاتر از سطح قلب قرار داده تا از درد و خونریزی آن کاسته شود. چنانچه جسم خارجی در زخم باقی مانده آن را خارج نکنید. زخم را شست و شو و پانسمان کنید و مصدوم را به نزدیکترین مرکز درمانی برسانید.

۴- کنده شدگی: زخمی است که قسمتی از پوست یا عضله از بدن جدا یا آویخته شود.

اقدامات: سطح زخم را تمیز و جلوی خونریزی را بگیرید. اگر قسمتی از پوست یا عضله آویزان شده آن را در محل اولیه خود قرار دهید و روی آن را ببندید و بلافاصله مصدوم را به مرکز درمانی برسانید.

۵- سوراخ شدگی: زخمی عمیق که در اثر وارد شدن یک جسم نوک تیز ایجاد میشود. این جراحات همیشه باعث خونریزی شدید نمیشود، ولی در سوراخ شدگی های شکم و قفسه سینه، احتمال خونریزیهای شدید و مرگ زیاد است.

اقدامات: در صورتی که جسم خارجی در آن فرورفته است، آن را خارج نکنید، چرا که با خروج جسم بر شدت خونریزی افزوده میشود. بنابراین جسم را با پانسمان ثابت کنید و مصدوم را به بیمارستان منتقل کنید.



۶- قطع عضو:

این جراحات شدیدترین نوع زخمهای خونریزی دهنده است و اغلب به دلیل یک جسم برنده صنعتی آلوده اتفاق میافتد.

اقدامات: خونریزی را با وارد کردن فشار مستقیم و بالا نگه داشتن عضو متوقف کنید. برای مراقبت از عضو قطع شده، آن را در یک گاز استریل یا دستمال تمیز بپیچانید و بعد درون یک کیسه پلاستیکی قرار دهید و سر آن را محکم گره بزنید. سپس کیسه حاوی عضو قطع شده را داخل یک کیسه یخ قرار دهید. کیسه حامل عضو و مصدوم را به بیمارستان انتقال دهید.

زخمها در هر وسعتی میتوانند به سرعت عفونی شده و میکروبها از مسیر گردش خون در سراسر بدن گسترش یابند. بنابراین زخمها باید به درستی تمیز و پانسمان شود. هدف از پانسمان و مراقبت از زخم، بهبود سریع تر آن و جلوگیری از بروز عفونت می باشد.

راه هایی برای مراقبت از زخم و جراحات

اگر دچار زخم شده و تحمل درد آن برایتان دشوار است می توانید با توجه به نوع زخم خود یکی از این روش ها را امتحان کنید:

اولین گام برای درمان و مراقبت از زخم و جراحات شست و شو و تمیز کردن محل زخم شده است. تمیز کردن زخم و جراحات با آب تمیز از جمله مهم ترین گام های حفاظت از محل آسیب دیده می باشد. تمیز کردن زخم باعث می شود تا از ورود هر گونه آلودگی و میکروب جلوگیری شود.

حفظ خون سردی و آرامش

بسیاری از افراد هنگامی با صحنه ی زخم و جراحات مواجه می شوند خون سردی خود را ازدست داده و دست به کارهای نادرستی می زنند در نتیجه وقتی کودک یا نزدیکانتان دچار زخم شدند آرامش خود را حفظ کرده و محل آسیب دیده را ضد عفونی کنید.



بیمارستان فوق تخصصی مدائن



سلامتی روز افزون شما آرزوی ماست

خودمراقبتی از زخم

واحد آموزش سلامت-۱۴۰۱

MA-EP-PA-47-01

برای مراقبت از بخیه ها به این نکات توجه داشته باشید :

بخیه ها را تمیز و خشک نگه دارید و طبق دستور پزشک پانسمان آن را تعویض کنید - هر گونه نشانه عفونت در محل زخم (قرمزی، سوزش، ترشح غلیظ و سبز و یا بوی زننده) را سریعاً به پزشک اطلاع دهید - تغذیه مناسب، نوشیدن مایعات کافی، رژیم پر پروتئین و حاوی آهن و روی و ویتامین ها برای بهبود سریع تر زخم توصیه می شود - برای کاهش درد و تورم، تا حداکثر دو روز پس از بخیه شدن، سعی کنید تا آنجا که ممکن است زخم را بالاتر از سطح قلب نگه دارید - جهت کشیدن بخیه ها طبق دستور پزشک در زمان معین مراجعه کنید(۱۰ تا ۱۴ روز)

برای استفاده آسان از اطلاعات سایت بیمارستان کد QR زیر را اسکن نمایید.



منبع: داخلی جراحی برونر

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی مدائن
تهران، خیابان انقلاب، نرسیده به چهارراه ولی عصر،
خیابان صبا جنوبی
تلفن: ۶۶۴۶۵۳۵۵ و ۸-۰۵۷۰۵۶۴۰
وب سایت WWW.Madaen hospital .COM

توصیه هایی درباره پانسمان زخم :

-تعویض پانسمان را هر روز و یا یک روز در میان طبق دستور پزشک انجام دهید .
شست و شوی زخم را با سرم شست و شو انجام دهید.
-از مصرف بتادین خودداری کنید، چرا که بتادین به دلیل داشتن املاح ید ممکن است موجب حساسیت در افراد شود.
-برای پوشاندن زخم از پنبه استفاده نکنید، چراکه اغلب پنبه ها غیراستریل هستند دستورات دارویی طبق نظر پزشک انجام شود.
بدون نظر پزشک از پماد آنتی بیوتیک استفاده نکنید، چرا که پماد جلوی خونگیری بافت اطراف زخم را گرفته و ترمیم را به تعویق میاندازد
-از کندن دلمه زخم اجتناب کنید، چرا که ترمیم را مختل میکند و خطر عفونت را افزایش میدهد.
-قبل از خروج از بیمارستان حتما در مورد تزریق واکسن کزاز از پرستار سؤال شود.
-در صورتی که زخم عمیق است، خونریزی شدید دارد و دو لبه زخم به هم نمی رسند، برای بخیه زدن به بیمارستان مراجعه کنید .
بخیه کردن زخم
برخی از بریدگی های پوست خودبخود بهبود می یابند، در حالی که برخی دیگر از بریدگیها، نیاز جدی به زدن بخیه دارند.

